نحو عمارة عقلية أصيلة: المنهج الشوبنهاوري في تجاوز الحشو المعرفي وبناء الإنسان

تعد فلسفة آرثر شوبنهاور (1788-1860) واحدة من أكثر الأنساق الفلسفية صرامة في تشريح العقل البشري وعلاقته بالمعرفة، حيث لم ينظر شوبنهاور إلى التعليم بوصفه عملية تراكمية للمعلومات، بل كفعل وجودي يهدف إلى صياغة الشخصية وتحرير الذات من سطوة "الإرادة" العمياء.[1] في عالم اليوم الذي يتسم بالانفجار المعلوماتي والسيولة المعرفية، تبرز حاجة مُلحة لاستعادة الرؤية الشوبنهاورية التي تضع جودة التفكير فوق كمية الاستهلاك، وتؤكد على أن العقل ليس وعاءً يُملأ، بل هو ملكة تُبنى من خلال الملاحظة المباشرة والتمثل الذاتي.[2] يسعى هذا التقرير إلى تقديم قراءة معمقة وتحليلية لفكر شوبنهاور التربوي، مع استخلاص استراتيجيات عملية لمواجهة التخمة المعلوماتية وتحويل المعرفة من "حشو" خارجي إلى "بصيرة" داخلية.

القسم الأول: فلسفة شوبنهاور في التعليم: بناء الملكة قبل استيراد الفكرة

ينطلق شوبنهاور في رؤيته للتعليم من منطلق إبيستمولوجي (معرفي) رصين، يرى فيه أن التربية الحقيقية هي التي تتبع المسار الطبيعي لنمو العقل، لا تلك التي تفرض قوالب جاهزة تعيق تطوره الأصيل.[4] بالنسبة لشوبنهاور، فإن الهدف الأسمى للتعليم هو "معرفة العالم" كما هو، وهو ما يتطلب توازناً دقيقاً بين الإدراك الحسي والمفاهيم المجردة.

الهدف الأساسي للتعليم: التوافق مع نظام الطبيعة

يرى شوبنهاور أن الغاية من التعليم هي تمكين الفرد من اكتساب رؤية صحيحة وشاملة للواقع، بحيث لا يصطدم الإنسان بالحياة وهو محمل بتوقعات زائفة استقاها من الكتب.[4] إن التعليم الحقيقي يهدف إلى مساعدة الطالب على بناء وعيه الذاتي وانضباطه الداخلي، مما يسمح له بإدراك تأثير "الإرادة" (قوة الحياة الدافعة) وتقليل معاناته من خلال اتخاذ قرارات حكيمة تتسم بالسكينة والهدوء.[1] التعليم عند شوبنهاور هو رحلة لمدى الحياة، لا تبدأ وتنتهي في الفصول الدراسية، بل تهدف إلى توسيع أفق الرؤية ليتمكن الفرد من النظر إلى نفسه وأفعاله بنقدية وموضوعية.[1]

نقد النظام التعليمي التقليدي: وضع العربة أمام الحصان

يوجه شوبنهاور نقداً لاذعاً لما يسميه "التعليم الاصطناعي"، وهو النظام الذي يبدأ بتلقين المفاهيم العامة والنظريات المجردة قبل أن يمتلك الفرد خبرة حسية مباشرة بالأشياء.[5] هذا النهج يقلب الترتيب الطبيعي للمعرفة؛ ففي الطبيعة، يسبق الإدراك الحسي (Intuition) تكوين المفهوم (Concept)، ولكن في المدارس التقليدية، يتم حشو عقول الأطفال بالكلمات والمفاهيم الجاهزة التي لم يختبروا مصاديقها في الواقع.[4]
هذا الحشو المعرفي يؤدي إلى نتائج كارثية، حيث ينمو الفرد وهو يحمل "أوهاماً" (Chimeras) عن العالم، ويحاول قسراً تطبيق هذه القوالب الذهنية على الواقع، مما يجعله يسيء فهم الحياة ويصطدم بها بعنف.[4] يصف شوبنهاور هذا النوع من المتعلمين بأنهم يمتلكون عقولاً مليئة بـ "بقايا وجبات الآخرين"، حيث يفتقرون إلى الأصالة والقدرة على الحكم المستقل.[8]

الفرق بين التعليم الحقيقي والحفظ الآلي

يكمن الفرق الجوهري في "الأصالة" و"التمثل". فالحفظ الآلي يجعل المعرفة تلتصق بالعقل مثل "الطرف الاصطناعي" أو "الأنف الشمعي"، فهي لا تنتمي للجسد الحي وليست جزءاً من وظائفه.[8] أما التعليم الحقيقي، فهو الذي يجعل المعرفة تنمو كـ "عضو طبيعي" نابع

من تربة التفكير الذاتي.[8]
يوضح الجدول التالي الفروق الجوهرية بين المنهجين حسب الرؤية الشوبنهاورية:

وجه المقارنة	التعليم الحقيقي (المنهج الطبيعي)	الحفظ الآلي (المنهج الاصطناعي)
نقطة الانطلاق	الملاحظة الحسية المباشرة للأشياء [4]	المفاهيم المجردة والكلمات من الكتب [5]
علاقة المعرفة بالعقل	المعرفة كعضو حي مدمج في نظام التفكير [8]	المعرفة كطرف اصطناعي أو "أنف شمعي" [9]
القدرة على الحكم	حكم ناضج يستند إلى خبرة واقعية أصيلة [10]	حكم مشوه ناتج عن تطبيق نظريات خاطئة [4]
مصدر السلطة	التفكير الذاتي والتحقق الشخصي [11]	السلطة الخارجية (كتب، معلمين، تقاليد) [7]
الهدف النهائي	الفهم الجوهري لطبيعة العالم والذات [12]	التباهي بالمعرفة والقدرة على الثرثرة [13]

كيفية تطور القدرات العقلية الحقيقية

يؤكد شوبنهاور أن العقل يتطور من خلال ممارسة "التفكير للنفس" (Thinking for Oneself). هذا التطور يتطلب حماية العقل من التدفق المستمر لأفكار الآخرين التي تفرضها القراءة المكثفة؛ فالقراءة المستمرة تجعل العقل يفقد "مرونته" (Elasticity)، تماماً مثل النابض الذي يظل مضغوطاً لفترة طويلة.[14]
لكي تتطور الملكات العقلية بشكل سليم، يقترح شوبنهاور ما يلي:

1. **تأخير النظريات العامة:** يجب حماية الأطفال (حتى سن 15-16 عاماً) من الفلسفة والدين والمفاهيم التي تحتمل الخطأ الكبير، والتركيز على اللغات والرياضيات والعلوم الطبيعية التي توفر بيانات دقيقة دون تشويه لقوة الحكم.[4]
2. **أولوية الإدراك الحسي:** يجب أن يرى الطالب "الأصل" قبل "النسخة". بدلاً من قراءة وصف لغابة في كتاب، يجب عليه زيارة الغابة أولاً.[4]
3. **ربط المفهوم بالملاحظة:** كل مفهوم يتعلمه الفرد يجب أن يكون مدعوماً بركيزة من الملاحظة الشخصية، وإلا سيظل كلاماً فارغاً لا قيمة له.[18]
4. **تنمية الاستقلال العقلي:** يجب تشجيع الطالب على أن يكون "مكتشفاً" يبحث عن الحقيقة بنفسه، لا مجرد "جامع" لآراء الآخرين.[7]

القسم الثاني: استراتيجية التعامل مع المعلومات المحشوة وتطهير العقل

يعتبر شوبنهاور أن العقل الممتلئ بالمعلومات غير المهضومة هو عقل "مشلول". إن تراكم المعلومات السطحية دون تفكير نقدي يشبه تراكم الأطعمة في معدة غير قادرة على الهضم؛ فهو لا يغذي الجسم بل يمرضه.[15] لمواجهة هذه الحالة، يقدم شوبنهاور استراتيجية "التطهير والتمثل".

كيفية تمييز المعرفة الحقيقية من المعلومات السطحية

المعيار الأساسي عند شوبنهاور هو "الحيوية والأصالة". المعرفة الحقيقية هي التي ولدت من لقاء بين العالم الخارجي وعقل يفكر، وهي تتسم بـ "الجدية والوضوح".[8] في المقابل، المعلومات السطحية هي "بقايا أفكار الآخرين" التي نجمعها من القراءة العشوائية أو الأخبار السريعة، وتفتقر إلى الارتباط بنظامنا الفكري الخاص.[8]
يتميز التفكير الأصيل بـ "طابع الملكية"؛ فالشخص الذي يفكر لنفسه هو صاحب القرار في عقله، بينما "المثقف" التقليدي هو مجرد تقريري يروي ما قاله فلان أو علان.[9] المعرفة الحقيقية هي التي نستطيع تطبيقها في لحظات اتخاذ القرار العفوي، أما الحشو فهو الذي

نحتاج للبحث عنه في الكتب لنعرف ماذا نفعل.[8]

خطوات فعلية لتنقية العقل وإعادة التنظيم

لإعادة ترتيب "المكتبة الذهنية" المشوشة، يقترح المنهج الشوبنهاوري الخطوات العملية التالية:

- **الصوم عن القراءة العشوائية:** التوقف عن ممارسة "عادة القراءة في كل لحظة فراغ".[14] القراءة المفرطة هي هروب من التفكير الذاتي، ويجب تخصيص وقت للعزلة الذهنية للسماح للأفكار الأصيلة بالظهور.[1]
- **تطبيق "نسبة التفكير إلى القراءة":** القاعدة الشوبنهاورية الذهبية هي: "اقرأ قليلاً، وفكر كثيراً".[3] يجب أن يكون الوقت المخصص لهضم وتأمل المعلومة أضعاف الوقت المخصص لاستقبالها. يوصي المحللون بنسبة 1:3 (جزء معلومة مقابل ثلاثة أجزاء تفكير).[21]
- **تصفية "القمامة الأدبية":** القاعدة الصارمة هي "ألا تقرأ أبداً ما هو سيء".[20] الكتب التي تُكتب من أجل المال أو التي تتبع صرعات العصر (Clickbait) هي "سموم عقلية" تخرب الذوق وتدمر قدرة العقل على التركيز العميق.[15]
- **المقارنة والربط:** لا تترك أي معلومة معزولة. يجب مقارنة كل حقيقة جديدة بالحقائق التي تعرفها مسبقاً، وربطها بنظامك الفكري الكلي حتى تصبح "عضواً حياً" في جسد معرفتك.[14]

كيفية تحويل المعلومات المحشوة إلى فهم عميق

التحويل يتم عبر عملية "التمثل" (Assimilation). يشبّه شوبنهاور هذه العملية بالهضم الجسدي، فكما أن الجسد لا يستفيد من الطعام إلا بعد تحليله ودمجه في الخلايا، فإن العقل لا يستفيد من المعلومة إلا بعد تأملها من جميع الجوانب.[15]
لتحقيق ذلك، يجب:

1. **التفكير في "السبب الكافي":** اسأل دائماً عن "لماذا" و"كيف" ترتبط هذه المعلومة بالواقع.[10]
2. **البحث عن التجربة الحسية المقابلة:** حاول إيجاد مثال واقعي من حياتك اليومية يجسد المفهوم المجرد الذي تعلمته.[4]
3. **إعادة الصياغة الذاتية:** لا تكتفِ بتكرار كلمات المؤلف، بل أعد صياغة الفكرة بلغتك الخاصة وكأنك أنت من اكتشفها.[11]

دور التفكير النقدي والتأمل في العملية

التفكير النقدي عند شوبنهاور ليس ترفاً، بل هو "فعل شجاعة".[21] يتطلب التفكير للنفس ألا تحجب أي سؤال، وألا تقبل "البدهيات" دون فحص.[21] التأمل هو الحالة التي يتوقف فيها العقل عن كونه "مستقبلاً سلبياً" ليصبح "منتجاً إيجابياً"، حيث يشرق الضوء من الداخل (العقل) ليفسر المادة الآتية من الخارج (العالم).[8]
يوضح الجدول التالي دور التأمل في تنظيم العقل:

العملية	الحالة السابقة (الحشو)	الحالة الناتجة عن التأمل والتمثل
الهيكل الذهني	مكتبة ضخمة تسودها الفوضى [14]	مكتبة صغيرة منظمة بدقة ويسهل استخدامها [14]
مصدر الفكرة	أفكار غريبة ومفروضة من الخارج [14]	أفكار تنبع من الداخل كاستجابة للبيئة [14]
المرونة العقلية	عقل متصلب تحت ضغط أفكار الآخرين [14]	عقل مرن وقادر على الابتكار والأصالة [11]
نوع المعرفة	"تاريخ" ما قاله الآخرون [14]	"فهم" حقيقي لطبيعة الأشياء [8]

القسم الثالث: التطبيق العملي في الحياة اليومية: من النظرية إلى السلوك

إن فلسفة شوبنهاور لا تكتمل إلا بتحويلها إلى "حكمة حياة" (Eudaimonology).[24] هذا يتطلب تغيير معاييرنا في اختيار ما نستهلكه وكيفية تفاعلنا مع العالم الرقمي والواقعي.

معايير اختيار ما يستحق التعلم فعلاً

في ظل التدفق اللامتناهي للمعلومات، يقدم شوبنهاور معايير "الاصطفاء المعرفي":

- **الأولوية لـ "ما هو الإنسان":** ركز على المعارف التي تبني "شخصيتك" (صحتك، ذكاءك، أخلاقك) بدلاً من المعارف التي تهدف لزيادة "ما تملكه" أو "كيف تبدو في أعين الآخرين".[25] الشخصية هي العامل الوحيد الثابت الذي يرافقك في عزلتك ولا يمكن لأحد نزعه منك.[25]
- **معيار "الخلود" (Classics):** اقرأ الكتب التي صمدت لقرون. الكلاسيكيات هي "عصارة العقول العظيمة"، بينما الكتب الحديثة غالباً ما تكون ثرثرة عابرة.[26]
- **معيار "الفائدة الذاتية":** لا تتعلم شيئاً لمجرد أن الجميع يتحدث عنه. تعلم ما يثير اهتمامك الصادق ويفيدك في فهم "نظامك الخاص" في الحياة.[19]
- **تجنب "الأخبار" والتافه من القول:** يرى شوبنهاور أن ملاحقة الأحداث اليومية والثرثرة السياسية تستهلك طاقة العقل فيما لا طائل منه.[15]

طرق عملية للتعلم الحقيقي بدلاً من الحشو

يمكن تطبيق المنهج الشوبنهاوري من خلال الممارسات اليومية التالية:

1. **بروتوكول القراءة المزدوجة:** أي كتاب مهم يجب أن يُقرأ مرتين متتاليتين.[26] المرة الأولى تعطي الهيكل العام، والمرة الثانية تمنح الفهم العميق للروابط والجزئيات في ظل معرفة النهاية.[23]
2. **العزلة الواعية:** خصص ساعات يومية بعيداً عن أي مدخلات خارجية (هواتف، كتب، موسيقى). هذه هي "المختبر" الذي تنضج فيه أفكارك الخاصة.[1]
3. **التعلم بالممارسة (Experiential Learning):** إذا أردت تعلم مهارة، ابدأ بممارستها بشكل خام قبل قراءة "دليل المستخدم". دع التجربة تثير التساؤلات، ثم ابحث عن الإجابات في الكتب.[5]
4. **تدوين "الأفكار الأصيلة":** سجل الخواطر التي تأتيك أثناء المشي أو التأمل؛ فهي أثمن بآلاف المرات من الاقتباسات التي تجمعها من كتب الآخرين.[8]

كيفية دمج هذه المعرفة في قراراتك وسلوكياتك اليومية

المعرفة الحقيقية هي التي تغير "طريقة رؤيتك" للعالم. دمج المعرفة الشوبنهاورية يعني:

- **العيش في "مقصورات يومية":** ركز على مهام اليوم كأنها لبنات في بناء عظيم، دون الغرق في القلق من المستقبل أو الندم على الماضي.[28]
- **تحويل العقل إلى "درع":** استخدم المنطق والتفكير النقدي كأدوات وقائية لحماية نفسك من "الاحتيال الفكري" ومن التلاعب العاطفي الذي تمارسه وسائل الإعلام.[29]
- **الزهد المعلوماتي:** اتخذ قراراً واعياً بـ "عدم المعرفة" ببعض الأمور التافهة لتوفير مساحة ذهنية للأمور الجوهرية.[2]

أمثلة واقعية توضح التطبيق الفعلي

- **في المجال المهني:** بدلاً من حضور عشرات الدورات التدريبية السطحية (حشو)، اختر مهارة واحدة أساسية وانغمس في ممارستها وتأمل تفاصيلها التقنية حتى تصبح "خبيراً" يمتلك المعرفة كعضو حي، لا كمجرد شهادة معلقة.[13]
- **في استهلاك المحتوى الرقمي:** بدلاً من متابعة 500 حساب على وسائل التواصل الاجتماعي، اختر 5 مصادر رصينة فقط (كلاسيكيات، مجلات علمية رصينة) وخصص وقتك للتفكير فيما ينشرونه بدلاً من التصفح اللانهائي.[20] تطبيق استراتيجية "الإلغاء" (Opting out) من كل ما لا يضيف قيمة حقيقية لجوهرك.[31]
- **في العلاقات الاجتماعية:** استخدم "حكمة العزلة"؛ لا تشارك في أحاديث تافهة لمجرد المجاملة. تعلم أن تكون "مكتفياً بذاتك" فكرياً، مما يجعلك تختار رفقاءك بعناية بناءً على الجودة لا الكمية.[24]

إن فلسفة شوبنهاور هي دعوة لـ "الاستيقاظ" من غيبوبة الاستهلاك المعلوماتي. إنها تذكرنا بأن العقل البشري هو أثمن أداة نمتلكها، وأن حمايته من الحشو والزيف هي الخطوة الأولى نحو الحرية والسكينة.[1] من خلال اتباع المسار الطبيعي للتعلم، وتطهير عقولنا من أفكار الآخرين غير المهضومة، وبناء حكمنا المستقل، نتحول من مجرد "مخازن للمعلومات" إلى "ذوات مفكرة" قادرة على مواجهة تحديات الحياة بأصالة وبصيرة.

Works cited

1. Schopenhauer and the philosophy of education - John Vespasian -, accessed January 29, 2026, https://johnvespasian.com/schopenhauer-and-the-philosophy-of-education/
2. Why Collecting Information Isn't Learning: Schopenhauer's Timeless Warning About Knowledge vs. Wisdom - JeremyPerson.com, accessed January 29, 2026, https://jeremyperson.com/why-collecting-information-isnt-learning-schopenhauers-timeless-warning-about-knowledge-vs-wisdom/
3. accessed January 29, 2026, https://jeremyperson.com/why-collecting-information-isnt-learning-schopenhauers-timeless-warning-about-knowledge-vs-wisdom/#:~:text=Schopenhauer's%20solution%20was%20radical%20in,raw%20information%20into%20genuine%20understanding.
4. Arthur Schopenhauer Parega and Paralipomena: Short ..., accessed January 29, 2026, https://la.utexas.edu/users/hcleaver/330T/350kPEESchopenEducTable.pdf
5. Arthur Schopenhauer on "Natural" Versus "Artificial" Education - Jordan Bates, accessed January 29, 2026, https://jordanbates.life/schopenhauer-on-education/
6. Intuition and Conception | PDF | Arthur Schopenhauer | Immanuel Kant - Scribd, accessed January 29, 2026, https://www.scribd.com/document/219178196/Intuition-and-Conception
7. Knowledge, Self, And Liberation: Unveiling Schopenhauer's Pedagogical Paradigm - Anurag Shukla, accessed January 29, 2026, https://anuraag-shukla.medium.com/knowledge-self-and-liberation-unveiling-schopenhauers-pedagogical-paradigm-d5c33ecaaf2f
8. Short Philosophical Essays* (1851) Chapter XXII - On Thinking for ..., accessed

January 29, 2026, https://la.utexas.edu/users/hcleaver/330T/350kPEESchopenThinkingTable.pdf
9. Thinking for Oneself - Arthur Schopenhauer - One More Library, accessed January 29, 2026, https://onemorelibrary.com/index.php?option=com_djclassifieds&format=raw&view=download&task=download&fid=14416
10. (PDF) Schopenhauer on Intuition and Proof in Mathematics - ResearchGate, accessed January 29, 2026, https://www.researchgate.net/publication/339782703_Schopenhauer_on_Intuition_and_Proof_in_Mathematics
11. The Educational Philosophy of Arthur Schopenhauer - Teen Ink, accessed January 29, 2026, https://www.teenink.com/opinion/school_college/article/1168925/The-Educational-Philosophy-Of-Arthur-Schopenhauer
12. ARTHUR SCHOPENHAUER – BERGSONIAN INTUITIONISM FORERUNNER - Cogito, accessed January 29, 2026, http://cogito.ucdc.ro/2011/en/arthurschopenhauerbergsonianintuitionismforerunnergabrielapohoata.pdf
13. On Learning and the Learned - UT liberal arts, accessed January 29, 2026, https://la.utexas.edu/users/hcleaver/330T/350kPEESchopenLearningTable.pdf
14. The Art of Literature/On Thinking for Oneself - Wikisource, the free online library, accessed January 29, 2026, https://en.wikisource.org/wiki/The_Art_of_Literature/On_Thinking_for_Oneself
15. Arthur Schopenhauer - On Reading and Books - Farnam Street, accessed January 29, 2026, https://fs.blog/wp-content/uploads/2016/11/Arthur-Schopenhauer.pdf
16. Arthur Schopenhauer on “Natural” Versus “Artificial” Education : r/philosophy - Reddit, accessed January 29, 2026, https://www.reddit.com/r/philosophy/comments/3wwnic/arthur_schopenhauer_on_natural_versus_artificial/
17. Schopenhauer's Critique of the Public Education System | Free Essay Example - StudyCorgi, accessed January 29, 2026, https://studycorgi.com/alternative-education-system-by-schopenhauer-and-freire/
18. The Project Gutenberg eBook of Essays of Schopenhauer, by Arthur ..., accessed January 29, 2026, https://www.gutenberg.org/files/11945/11945-h/11945-h.htm
19. Education and Schopenhauer's “Thinking for Oneself”, accessed January 29, 2026, https://partiallyexaminedlife.com/2014/06/11/education-and-schopenhauers-thinking-for-oneself/
20. Master Your Attention: Schopenhauer's Strategy Against Clickbait - Farnam Street, accessed January 29, 2026, https://fs.blog/schopenhauer-dangers-clickbate/
21. Schopenhauer's Dark Philosophy of Living Well, accessed January 29, 2026, https://nickwignall.com/schopenhauer-dark-philosophy/

22. On Reading and Books - UT liberal arts, accessed January 29, 2026, https://la.utexas.edu/users/hcleaver/330T/350kPEESchopenReadingTable.pdf
23. If a man wants to read good books, he must make a point of avoiding bad ones (Schopenhauer) - Biblioklept, accessed January 29, 2026, https://biblioklept.org/2014/01/25/if-a-man-wants-to-read-good-books-he-must-make-a-point-of-avoiding-bad-ones-schopenhauer/
24. "Let's pretend life is worth living," says Schopenhauer, "this is how you make the most of it." Schopenhauer worked out an eudaimonology, a theory of happiness, which runs counter to his main philosophy but which is still valuable as a practical guide to life. - Reddit, accessed January 29, 2026, https://www.reddit.com/r/philosophy/comments/1fq3mhy/lets_pretend_life_is_worth_living_says/
25. Chapter I: Division of the Subject - The Wisdom of Life, by Arthur Schopenhauer, accessed January 29, 2026, https://monadnock.net/schopenhauer/wisdom-1.html
26. Schopenhauer's Rules for Readers (Revised for Writers) - alifewellwritten, accessed January 29, 2026, https://alifewellwritten.wordpress.com/2016/02/20/schopenhauers-rules-for-readers-revised-for-writers/
27. "In order to read what is good one must make it a condition never to read what is bad; for life is short, and both time and strength limited." - Schopenhauer on How to Tell Good from Bad Books, and other Rules for (Not) Reading : r/philosophy - Reddit, accessed January 29, 2026, https://www.reddit.com/r/philosophy/comments/kohxab/in_order_to_read_what_is_good_one_must_make_it_a/
28. Schopenhauer's Advice on How to Achieve Great Things - MAP Strategic Wealth Advisors, accessed January 29, 2026, https://mapstrategic.com/schopenhauers-advice-on-how-to-achieve-great-things/
29. Arthur Schopenhauer: Logic and Dialectic | Internet Encyclopedia of Philosophy, accessed January 29, 2026, https://iep.utm.edu/schopenhauer-logic-and-dialectic/
30. Information overload - Hung-Su's clues, accessed January 29, 2026, https://hung.su/concepts/information-overload/
31. Social Media and the Hedgehog's Dilemma - Psychology Today, accessed January 29, 2026, https://www.psychologytoday.com/us/blog/creative-synthesis/201201/social-media-and-the-hedgehogs-dilemma